

Dokumenttyp Rutin	Ansvarig verksamhet Smittskydd Värmland	Version 5	Antal sidor 3
Dokumentägare Ann-Mari Gustavsson, Smittskyddssjuksköterska	Fastställare Anna Skogstam, Smittskyddsläkare	Giltig fr.o.m. 2023-03-27	Giltig t.o.m. 2025-03-27

Magsjuka (diarré och kräkningar) hos barn på förskola

Information till förskolepersonal

Magsjuka med kräkningar och/eller diarré är vanligt bland förskolebarn och kan bero på virus, bakterier eller parasiter. Smittan sprids ofta lätt. Handhygien är den viktigaste åtgärden för att förhindra smittspridning.

Magsjuka orsakad av virus är mycket smittsam. Barn och personal med magsjuka ska därför inte vara på förskolan förrän de är helt återställda. Man ska inte ha kräkts eller haft diarré på minst två (2) dygn.

Vid diarré efter utlandsresa ska alltid sjukvården kontaktas.

Smittvägar

Smitta sker genom att smittämnen från avföring och kräkningar kommer in i munnen. Detta sker antingen via direktkontakt med sjuka personer eller förorenade kontaktytor (till exempel golv, handdukar, leksaker, handtag och andra föremål). Orena händer är en vanlig orsak till att smitta sprids. Man kan även smittas av mat och dryck som hanterats på ett felaktigt sätt. Magsjuka kan också smitta genom aerosol (små droppar i luften) som sprids vid kräkning. Smittan kan finnas kvar i mat som inte är tillräckligt uppvärmd, eller på förorenade föremål under flera dagars tid. Magsjukevirus och bakterier överlever frysning.

Orsaker

Virus är den vanligaste orsaken till magsjuka bland förskolebarn. Infektioner med norovirus kallas även "vinterkräksjuka", trots att man kan bli sjuk under hela året. Rota- och adenovirus är också vanliga virus som orsakar magsjuka.

Andra orsaker till diarré är bakterier, främst salmonella, campylobakter, och EHEC. Diarré på grund av tarmparasiter, till exempel giardia och cryptosporidier, kan också förekomma.

Inkubationstid (tid från smittotillfälle till sjukdom)

För magsjuka som beror på virus tar det oftast 1-3 dagar från att man blir smittad tills man blir sjuk. Vid andra orsaker kan det ta längre tid.

Ska barnet stanna hemma?

Ja. Barn med magsjuka (diarré eller kräkningar) ska inte vara på förskolan. Barnet ska inte ha kräkts eller haft diarré på minst två (2) dygn innan återgång till förskolan. Barnet ska må så bra att det orkar delta i barngruppens vanliga aktiviteter, som kan innebära flera timmars utevistelse. I magsjuketider kan smittspridning på förskolan begränsas genom att även syskon till sjuka barn stannar hemma.

(För barn med diarréproblematik och/eller problem med kräkningar av annan medicinsk orsak får bedömning göras i varje enskilt fall, vid behov i samråd med BVC eller behandlande läkare. Vid pågående magsjukesutbrott på förskolan bör alla barn med diarré och/eller kräkningar stanna hemma. Se under rubriken Utbrottssituation).

Utbrottssituation

- Om det finns misstanke om smittspridning ska förskolan tillämpa skärpta hygienrutiner. Rutinerna bör gälla till och med en vecka efter att den sista personen har tillfrisknat.
- Vid utbrott bör man registrera barnens sjukfrånvaro dagligen.
- Informera all personal på förskolan om läget.
- I en utbrottssituation kan inte hänsyn tas till alternativa orsaker till diarré, till exempel att barnet håller på att få tänder, ätit katrinplommon, är glutenintolerant etc.
- Alla lösa magar betraktas som smittsamma i en utbrottssituation.
- Samarbete med vårdnadshavare viktigt för att stoppa smittspridningen. Det är därför viktigt att informera vårdnadshavare om pågående utbrott och aktuella åtgärder för att åtgärderna ska ha effekt.
- Informera alla vårdnadshavare genom att dela ut bladet "Magsjuka (diarré och kräkningar) hos barn på förskola – Information till vårdnadshavare".

När ska förskolan kontakta sjukvården?

Om flera barn insjuknar inom ett eller några dygn med kräkningar och/eller diarré och symtomen inte stämmer in på vinterkräksjuka, bör man överväga att utreda om det finns en gemensam smitta. Rådgör med Smittskydd Värmland.

Misstanke på smitta via livsmedel eller vatten

När många barn i en grupp eller på flera avdelningar insjuknar samtidigt, ska smitta via livsmedel eller vatten misstänkas. Kontakta i dessa fall omgående kommunens miljöförvaltning och Smittskydd Värmland för diskussion om närmare utredning.

Det är kommunens miljöförvaltning som ansvarar för en eventuell utredning av möjliga smittorsaker i livsmedel, vatten eller miljö.

Magsjukesutbrott – åtgärder och förstärkta hygienrutiner

Handhygien

- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten, framför allt efter toalettbesök eller blöjbyte och före måltid.
- Torka händerna torra med engångshandduk. Plocka bort alla textilhanddukar.
- Använd engångshandskar vid blöjbyten och toalettbesök.
- Använd handsprit efter varje blöjbyte och toalettbesök. Detta gäller både barn och personal.
- Handsprit rekommenderas före måltider för både barn och personal.

Blöjbyte

- Använd enbart engångsunderlägg direkt på den avtorkningsbara dynan på skötbordet.
- Byt pappersunderlägget efter varje barn.
- Torka av dynan med alkoholbaserad ytdesinfektion efter varje blöjbyte.
- Lägg blöjan i en plastpåse som knyts ihop och kastas direkt.
- Använd plastförkläde av engångstyp.
- Rengör skötbordet, inklusive tvättho, med engångsduk och rengöringsmedel dagligen.

Mathantering

- Torka av matbordet med en engångsduk före måltiden.
- Ingen buffé eller självservering under utbrottet.
- Kasta all överbliven mat.
- Använd rent förkläde vid all mathantering.
- Duka endast fram så mycket smör och pålägg som förväntas gå åt vid måltiden.
- Sträva efter att så få personer som möjligt hanterar mat.
- Personal som hanterar mat ska inte byta blöjor.
- Endast friska personer ska duka och hantera mat.
- Barnen ska inte delta i dukning och mathantering under pågående utbrott.
- Den som vårdar magsjuk anhörig hemma ska inte hantera livsmedel förrän 48 timmar efter anhörigs sista symptom.

Rengöring och tvätt

- Håll tvättställ, kranar, toaletsits och spolknopp rena. Torka av med ytdesinfektionsmedel.
- Rengör pottor med rengöringsmedel, torka ur och desinfektera direkt efter användning (mellan varje barn).
- Städa avdelningen, inklusive toaletter, kontaktytor och lekytor noggrant varje dag.
- Rengör leksaker dagligen.
- Tvätta alla textilier som örngott, madrassöverdrag, kuddar och mjukisdjur i minst 60 grader. Örngott tvättas dagligen. Torktumla om möjligt, alternativt torka i torkskåp.
- Uppmana föräldrar att byta eller koka nappar.
- Använd engångsplastförkläde om barnet har kräcks eller har diarré.
- Vid spill av kroppsvätskor som avföring och kräkning - rengör ytorna omgående!
 - Mindre spill: alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel, t.ex. Dax ytdesinfektion 70+
 - Större spill: Virkon eller Incidin (väteperoxid)

Övrigt

- Håll strikt på 2-dygnsregeln vid magsjuka hos både personal och barn.
- Vikarier/poolpersonal ska i möjligaste mån undvika att gå mellan avdelningar vid utbrott.
- Barnen bör vara ute så mycket som möjligt.
- Vädra ofta, minst 2–3 gånger dagligen.
- Undvik aktiviteter mellan avdelningarna i möjligaste mån.
- Undvik lek med modeller.
- Undvik vattenlek i gemensam badbalja.
- Undvik gemensam öppnings- och stängningsavdelning

För sjukdomsinformation och ytterligare information, läs mer på 1177:

[Magsjuka, diarré och kräkningar \(1177\)](#)